INLAC reitera la importancia de consumir 3 lácteos al día

La Organización Interprofesional Láctea (INLAC) lanza este lunes una ambiciosa campaña publicitaria bajo el lema “3 Lácteos al Día” que recuerda a los consumidores la importancia de consumir leche y productos lácteos como fuente de nutrientes esenciales para el organismo, dentro de una dieta variada y saludable. Una recomendación que realizan las propias protagonistas los anuncios y la Fundación Española de la Nutrición.

La campaña incide, desde un punto de vista natural y optimista, en los beneficios que aportan hacer las “cosas que nos sientan bien”, uniéndolos a los beneficios funcionales que nos proporcionan los lácteos.Existe un amplio consenso entre la comunidad médica y científica, que coincide en apuntar la necesidad de consumir 3 lácteos al día en todas las edades, desde la niñez hasta la tercera edad. Así, lo recomendado es ingerir entre 2 y 3 raciones si hablamos de niños y adultos y entre 3 y 4 en el caso de embarazadas, mujeres lactantes, adolescentes, deportistas o ancianos.

La campaña cuenta con dos spots que se emitirán en televisiones de ámbito nacional y autonómico, amplificada a través de las redes sociales, que se prolongará hasta el 3 de octubre para promover el consumo nacional de leche y productos lácteos. Además, estará apoyada

por **plan para poner en valor el trabajo de los ganaderos como base de la cadena láctea.**

La presidenta de **INLAC**, **Charo Arredondo**, ha recordado que *“esta campaña tiene como objetivo destacar la importancia de los productos lácteos para mantener una dieta equilibrada y prevenir enfermedades. Busca además incrementar la demanda de productos lácteos en nuestro país, contribuyendo así a la sostenibilidad económica y social de un sector imprescindible para la sociedad, la vertebración del medio rural y para la preservación de sus espacios naturales”.*

La campaña tiene su origen en unos estudios previos sobre la situación de mercado y los motivos por los que algunos consumidores, aunque no han dejado de comprar lácteos, han olvidado su carácter esencial, tal y como la comunidad médica y científica sostiene “sin ninguna duda”. *“Muchos españoles, incluidas las generaciones más jóvenes, han olvidado que tomar lácteos es esencial para mantener una vida sana y luchar contra problemas cada vez más habituales en la población y en colectivos vulnerables como los niños, las embarazadas o la tercera edad, provocados por la falta de calcio, por poner sólo un ejemplo”,* remarca Charo Arredondo.

Esta campaña se suma a otras iniciativas que INLAC desarrolla para poner en valor al sector lácteo nacional como ‘Di que sí al menos a 3 lácteos al día’ o, más recientemente, “Generación Láctea” (que se desarrollará entre 2019-2020).

Recomendación de los expertos

Los expertos del **Comité Científico** de **INLAC** son muy claros sobre los “beneficios incuestionables” de los productos lácteos, que no pueden ser sustituidos por otros grupos de alimentos. La leche y los productos lácteos -subrayan- constituyen el grupo de alimentos “más completo” y proporcionan un elevado contenido de nutrientes en relación con el contenido calórico. Asimismo, presentan una composición muy equilibrada, aportando proteínas de alto valor biológico, hidratos de carbono (lactosa), grasa, vitaminas liposolubles y minerales, especialmente calcio y fósforo. Y, además, ayudan a prevenir enfermedades.

Ángel Gil (**doctor en Biología, catedrático de Bioquímica y Biología Molecular en la Universidad de Granada, y presidente de FINUT**), incide, en este contexto, *“en el papel positivo de los lácteos para el crecimiento, en el embarazo o durante la lactancia, así como sus efectos positivos sobre la osificación o para la generación de masa magra, por ejemplo”*. Y recuerda que *“las más recientes e influyentes publicaciones científicas resaltan el rol de la leche y sus derivados en la prevención del síndrome metabólico, cáncer de colon o vejiga o la diabetes tipo 2”.*

Tendencias de consumo

Las campañas de información, comunicación y promoción lideradas por **INLAC** están logrando un cambio de tendencia del consumo. *“Empieza a producirse un esperanzador punto de inflexión”*,

reconocen. Según los datos oficiales, el mercado de leche y derivados lácteos crece en términos de volumen a cierre de año 2018, con un incremento en compra del 0,7% mientras que, en valor, el aumento es mayor y llega hasta el 1,6%.

El consumo per cápita de estas categorías se sitúa en 109,28 kilogramos por persona y año, mientras que el gasto invertido por persona en el año 2018 se supera un 1,2% y asciende a 181,09 euros. En todo caso, esta categoría representa solamente un 12,10% del presupuesto total destinado a la compra de alimentación de los hogares y se mantuvo constante con respecto a 2017.

INLAC es la organización Interprofesional láctea que engloba a todo el sector lácteo. Sus miembros representan tanto a la rama de producción a través de ASAJA, COAG, UPA y Cooperativas Agro-Alimentarias de España; como a la rama transformadora a través de FENIL y Cooperativas Agro-Alimentarias de España. La misión de Inlac es representar los intereses comunes de la cadena del sector lácteo de vaca, oveja y cabra; diseñando, acordando e implantando medidas vinculantes dirigidas hacia su vertebración y estabilidad sectorial. INLAC se constituye como el foro estable de discusión entre todos los agentes de la cadena láctea, respetando siempre los ámbitos de actuación propios de las organizaciones miembros que la componen.